Pregaria.cat

Entrada

Pregar en els moments durs

Quan les coses van malament, quan arriba la malaltia, quan es mort un persona estimada, quan ens quedem sense feina o en considerem mal valorats, quan constatem que hem errat, quan ens envaeix la soledat o l'angoixa, quan ens abandona precisament aquell/a de qui mai ho podíem pensar, quan és la nit interior, quan tantes males notícies del món pesen de forma insuportable sobre el cor.... quan... quan .....com pregar aleshores?

1.- La pregària d'abans de la crisi generalment ja no serveix. Aquella dels temps en els que les coses anaven bé, ara resulta impossible; si t'hi poses, topes amb la paret. Millor ni intentar-ho.

2.- La meditació, la contemplació, el silenci profund....no són aconsellables en els temps durs. Et passaràs l'estona donant voltes als problemes i alimentant les angoixes i el teu ego.

3.- És possible que trobis certa pau i serenitat en alguns salms. Van ser escrits i inspirats en temps semblants als teus. No qualsevol salm. Abans mira la seva sintonia.

4.- És possible que la "pregària vocal" t'ajudi. El parenostre, l'avemaria, l'oració de Sant Francesc, el "preneu, Senyor, i rebeu" de Sant Ignasi... el rosari. Sobre tot si estàs malalt.

5.- Val més en els temps durs, curtes pregàries repetides breument que llargues estones donant voltes al cap i el cor. Les curtes són com petites llàgrimes que suavitzen.

6.- No intentis que Déu et solucioni els problemes. Demana-li coratge per afrontar-los. Demana-li confiança, fe i força interior, que t'ajudi també a que altres no hagin de pagar els plats trencats.

7.- Finalment recorda que va ser el mateix Jesús que va dir que en la tribulació anem a Ell "que és dolç i humil de cor". Invoca Jesús. "Senyor, Jesús, tingueu pietat de mi ". "Cor de Jesús, en tu confio".

Quan arribin temps millors et sentiràs enfortit, car els temps durs poden fer el cor més fort, quan els acompanya humilitat, paciència, el bon humor possible i la fe.